KUPAS TUNTAS KESEHATAN SEKSUAL DAN REPRODUKSI REMAJA

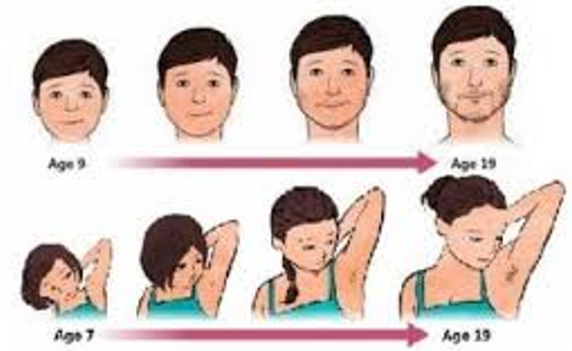
dr. Dyana Safitri Velies, SpOG(K), Mkes
Department of Obstetrics and Gynecology
Faculty of Medicine UPH - Siloam Hospital
Co-Founder AKAR Indonesia

REMAJA?

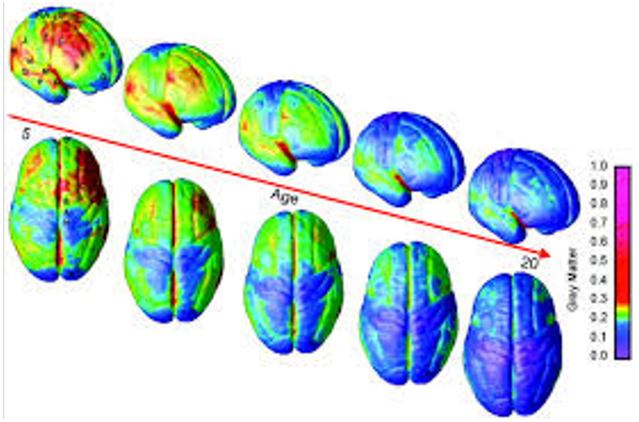
Perkembangan Remaja

Masa Remaja Awal 10-14 tahun	Masa Remaja Tengah 15-19 tahun	Masa Remaja akhir 20-24 tahun
Pubertas awal, mencari sensasi, orientasi pada penghargaan	Masa paling sering terjadi perilaku berisiko	Proses pematangan otak

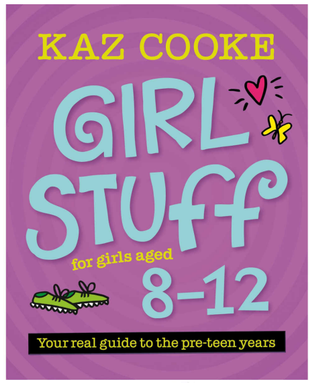
1

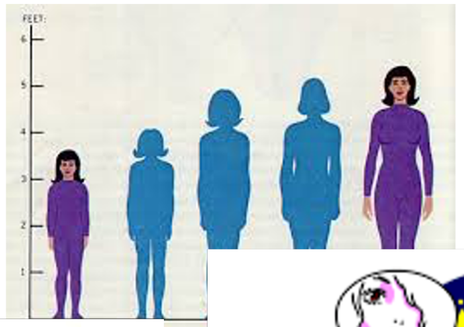


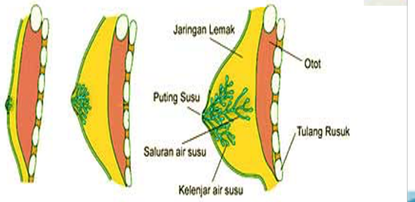
2



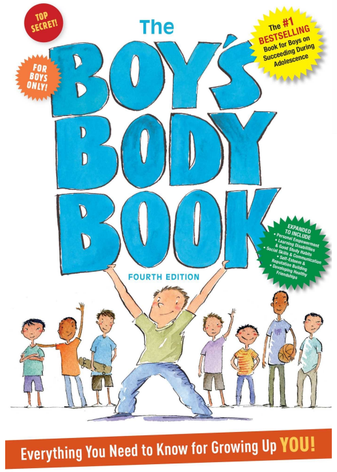
Pubertas

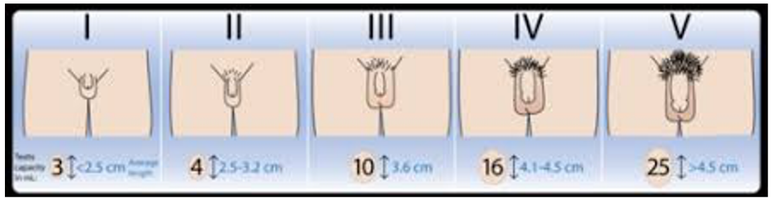


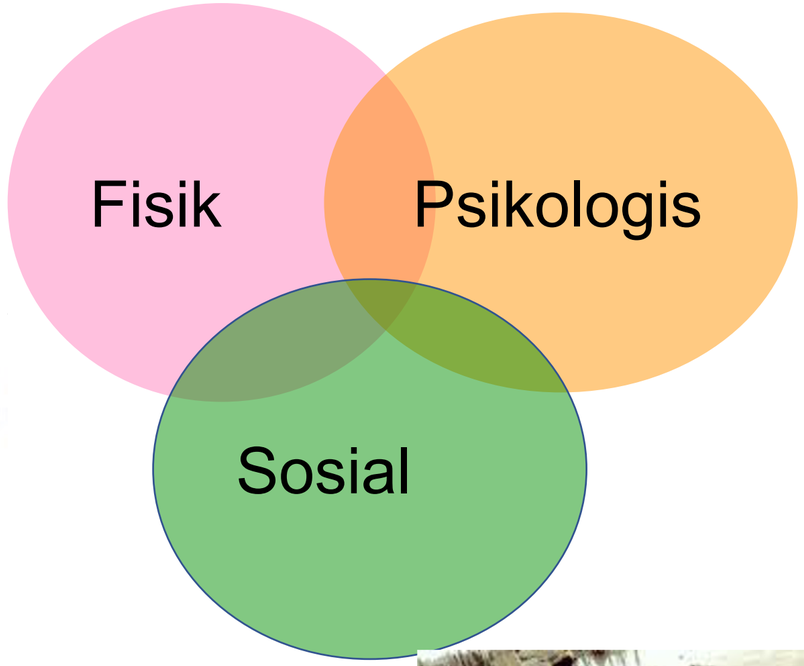


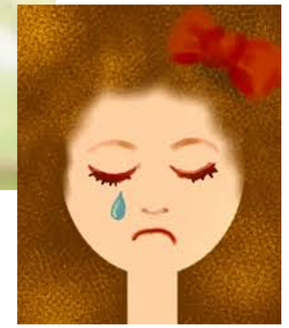


GEJALA MENSTRUASI





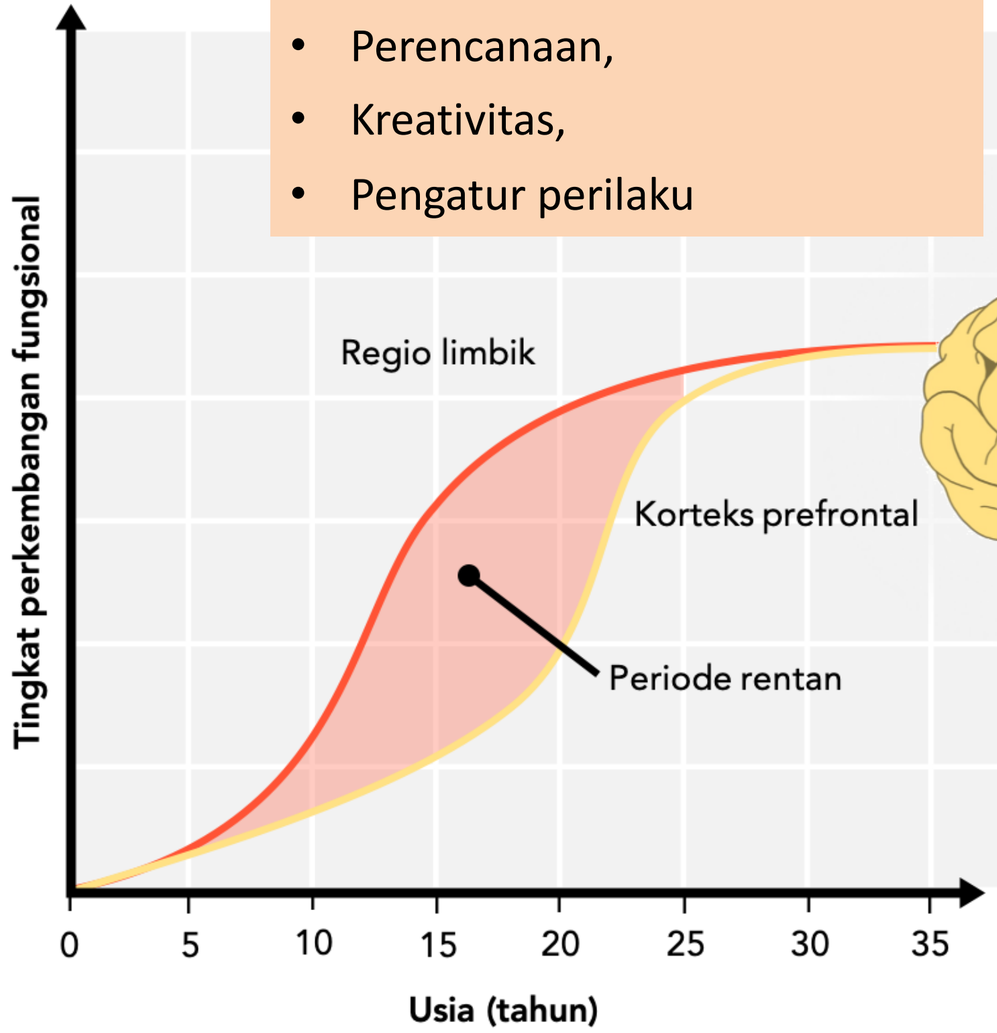




	Masa Remaja Awal *(10 – 14 tahun)*	Masa Remaja Pertengahan *(15 – 19 tahun)*	Masa Remaja Akhir *(19 – 24 tahun)*
Pertumbuhan tubuh	• Karakteristik sekunder seksual dimulai. • Laju pertumbuhan cepat.	• Karakteristik sekunder seksual semakin matang. • Mencapai tinggi badan dewasa.	• Dewasa secara fisik.
Perkembangan psikologis	• Sistem limbik (*pusat emosi dan impulsifitas*) mulai berkembang. • Menghabiskan waktu berpikir mengenai penampilan. • Perubahan suasana hati yang sering.	• Sistem limbik mencapai titik optimal. • Merubah penampilan. • Banyak memikirkan impian. • Merasa sangat kuat.	• Korteks prefrontal (*pusat logika, perancanaan, menilai sebab-akibat*) matang. • Membuat rencana/tujuan jangka waktu panjang. • Nyaman dengan penampilan diri sendiri. • Paham benar dan salah (*secara moral dan etika*)
Perkembangan sosial	• Bergumul terhadap peraturan. • Perdebatan dan ketidaktaatan. • Pertemanan serius dengan sesama jenis kelamin. • Kontak terhadap kelompok beda jenis kelamin.	• Berdebat dengan orang berwenang. • Pertemanan sebaya kuat menjadi semakin kuat dan semakin mempengaruhi perilaku remaja.	• Perubahan hubungan anak-orangtua terhadap hubungan lebih sebaya. • Keputusan tidak terlalu dipengaruhi oleh teman sebaya. • Seleksi rekan berdasarkan pilihan sendiri, daripada atas apa yang dipikirkan orang lain.

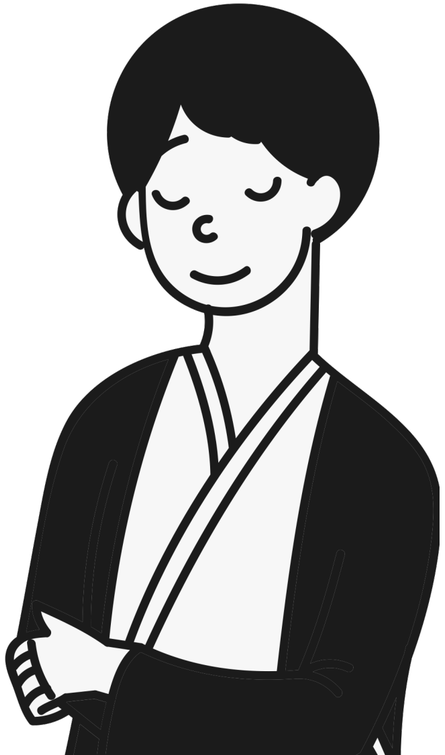
PRE FRONTAL KORTEKS

- Membuat pertimbangan rasional,
- Memecahkan masalah,
- Perencanaan,
- Kreativitas,
- Pengatur perilaku



PERILAKU BERISIKO?

DAMPAK PERILAKU BERISIKO?



3000 ADOLESCENTS
DIE EVERY DAY

World Health Organization

Nearly all these deaths are preventable.

Top 5 causes of death in adolescents aged 10-19 years

1. Road traffic injuries
2. Pneumonia*
3. Suicide
4. Diarrhoeal diseases
5. Drowning

*Includes other lower respiratory tract infections

PREGNANCY AND CHILDBIRTH COMPLICATIONS ARE THE LEADING CAUSE OF DEATH AMONG 15 TO 19 YEARS OLD GIRLS

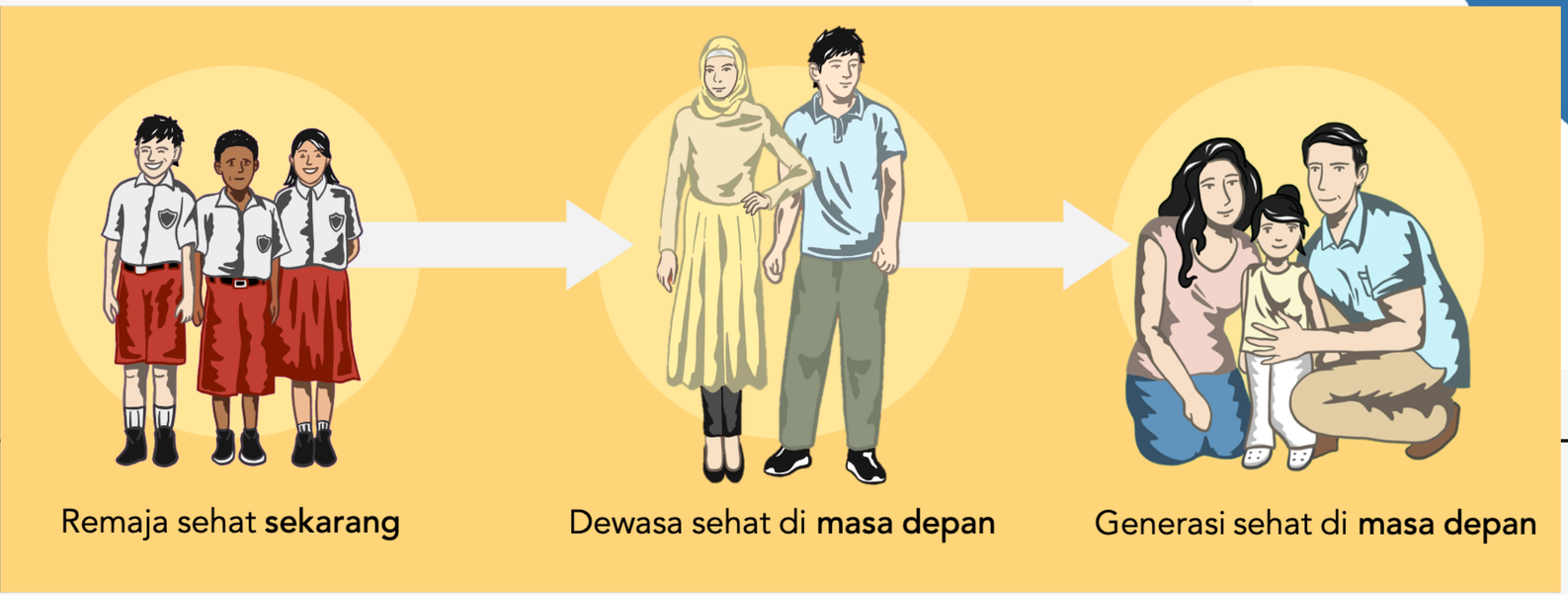
Take action now!

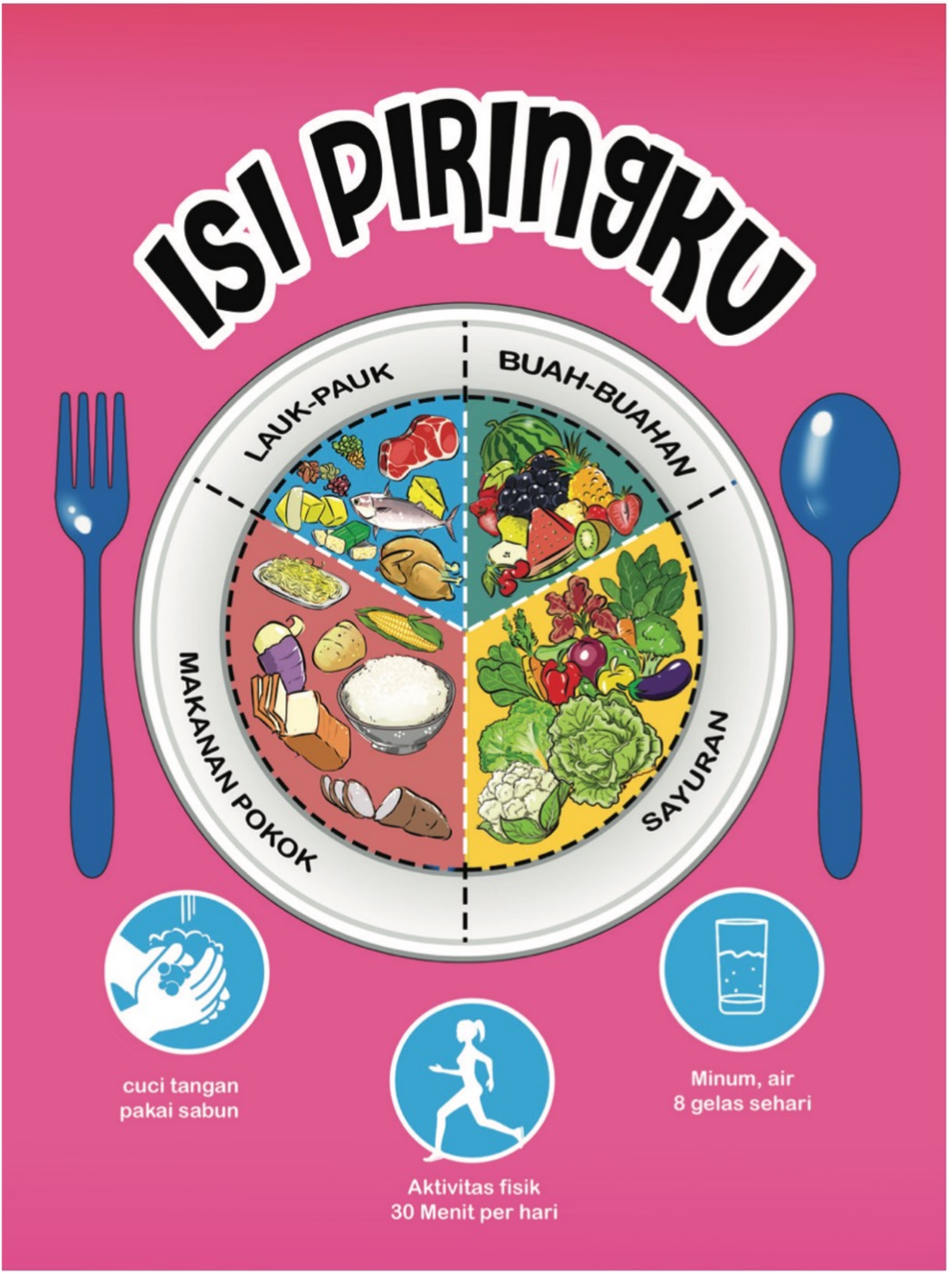
Ensure universal access to sexual and reproductive health services and rights

- Stop child, early and forced marriage
- Provide comprehensive sexuality education
- Information, counselling and services for the full range of safe, effective, accessible and affordable contraceptive methods
- Pre-pregnancy, pregnancy, birth, post-pregnancy, safe abortion (where legal), and post-abortion care

World Health Organization

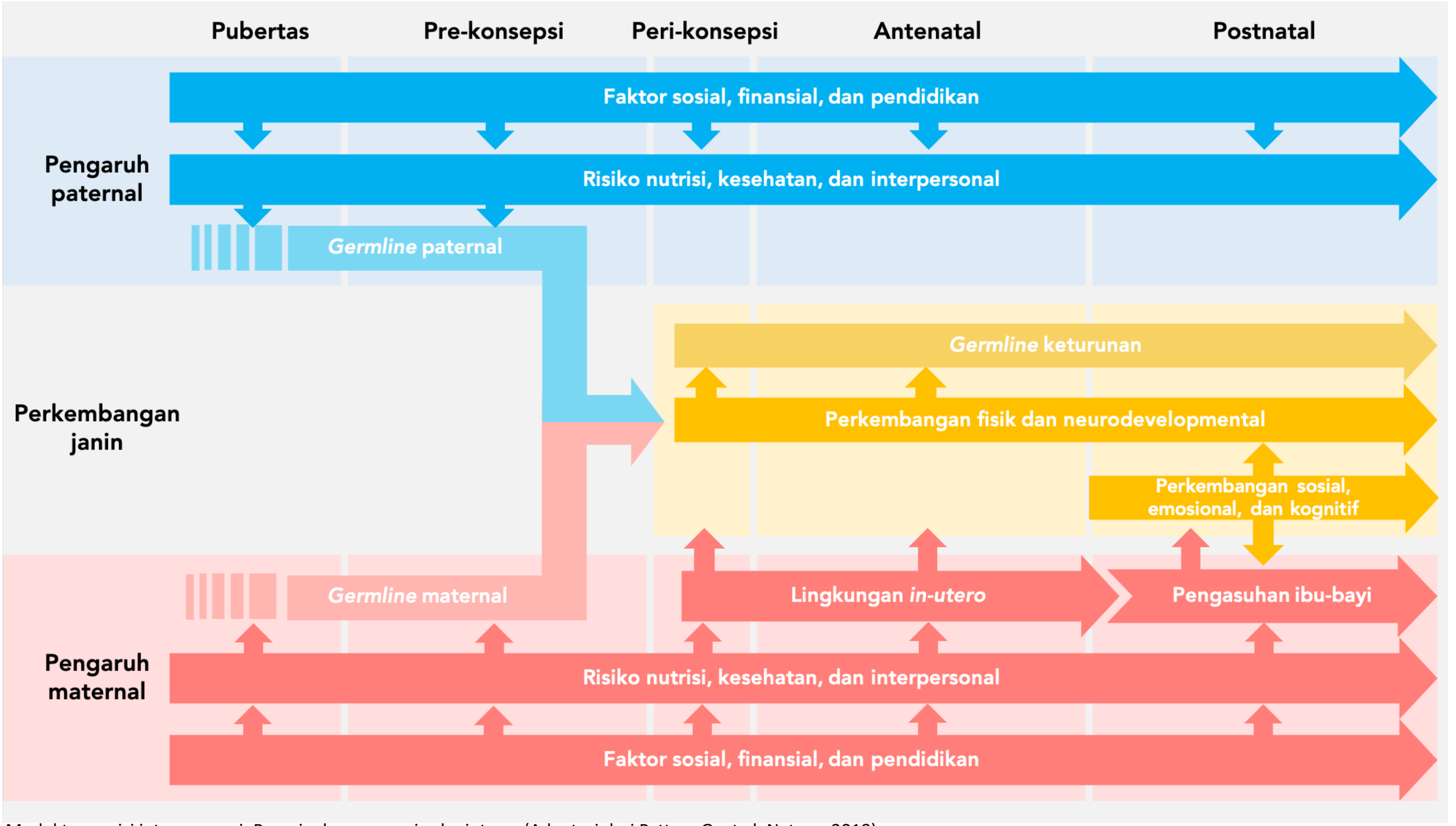
HEALTHY HABITS
HEALTHY BODY





Sumber: Pedoman Gizi Seimbang KementerianKesehatan Republik Indonesia

Sum
Republik Indonesia

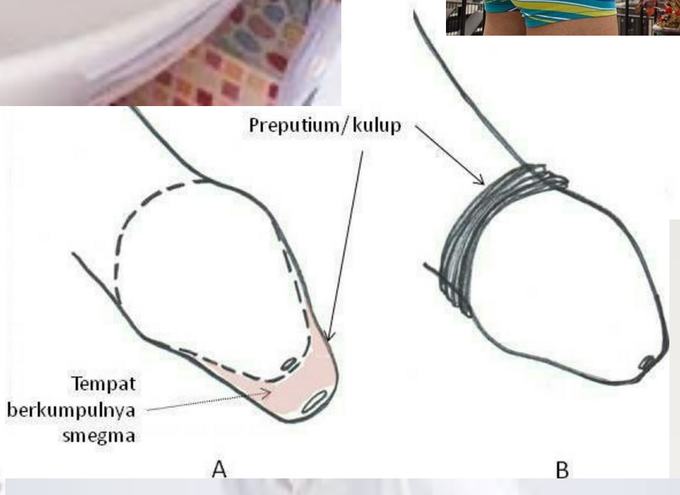


Model transmisi intergenerasi: Remaja dan generasi selanjutnya. (Adaptasi dari Patton, G. et al, Nature, 2018)

5 Waktu mengganti pembalut:
WC
Saat di sekolah.
Setelah pulang sekolah.
Saat mandi pagi.
Saat mandi sore.
Sebelum tidur.
16

?

NOT
this way


Preputium/kulup
Tempat berkumpulnya smegma
A
B

X
HAHAH PIPIS!

Pembalut menstruasi (sekali-pakai)
Pembalut menstruasi (pakai ulang)
Tampon
Cawan menstruasi

Seksualitas

- Bukan hanya mengenai hubungan seksual
- Persepsi diri mengenai pertumbuhan dan perkembangan tubuhnya
- Mengerti dan menunjukkan perasaan kedekatan, ketertarikan, dan rasa kasih sayang

Relasi Sehat vs Tidak Sehat

Batasan diri "Consent"

Internet bagian dari hidup

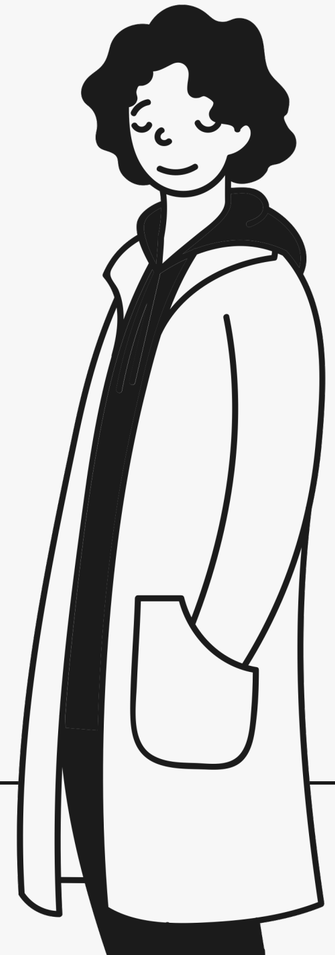
SUMBER INFORMASI

BERMAIN

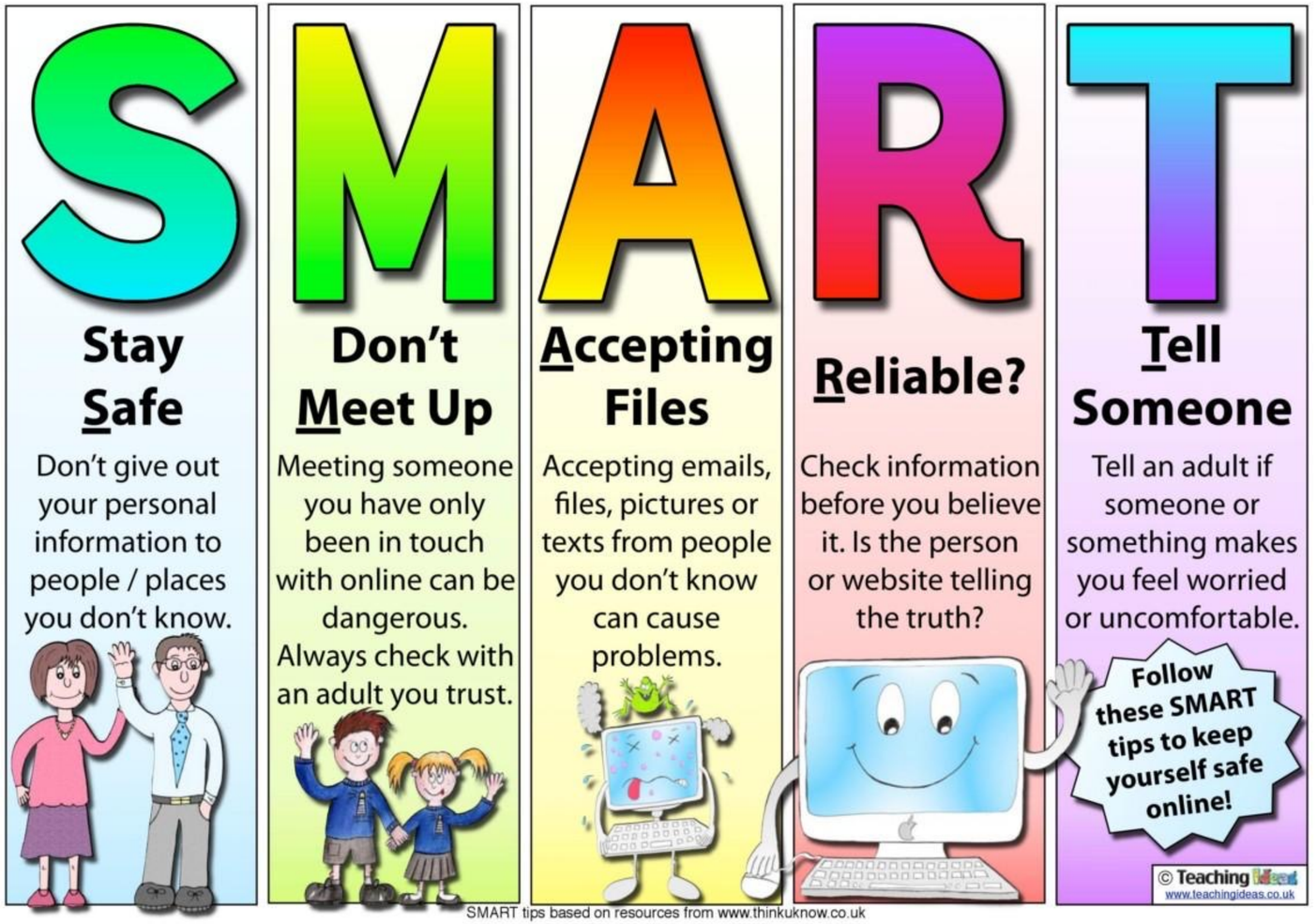
KREATIVITAS

TEMPAT BELAJAR

KOMUNIKASI



STAY SAFE ONLINE



@docdyana

@docdyana
@akar_inaha

Thank you

joinmyquiz.com

Pesan apa yang kamu dapatkan hari ini?

www.menti.com